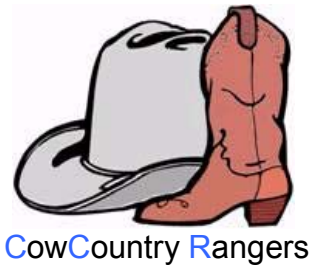


# APPLE JACK



**Difficulté:** Intermédiaire / avancé  
**Musique:** Applejack – Dolly Parton  
**Type:** Ligne, 4 murs, 18 pas 26 comptes  
**Chorégraphe:**

Danse proposée par [cowcountry-rangers.ch](http://cowcountry-rangers.ch)

## 1-8 Twist gauche, revenir au centre

1 Appui sur talon Gauche et pointe Droite – twist vers la gauche ;  
& Revenir au centre  
2 Appui sur talon Droit et pointe Gauche – twist vers la droite ;  
& Revenir au centre  
3 Appui sur talon Gauche et pointe Droite – twist vers la gauche ;  
& Revenir au centre  
4 Appui sur talon Gauche et pointe Droite – twist vers la gauche ;  
& Revenir au centre  
5 Appui sur talon Droit et pointe Gauche – twist vers la droite ;  
& Revenir au centre  
6 Appui sur talon Droit et pointe Gauche – twist vers la droite ;  
& Revenir au centre  
7 Appui sur talon Gauche et pointe Droite – twist vers la gauche ;  
& Revenir au centre  
8 Appui sur talon Droit et pointe Gauche – twist vers la droite ;  
& Revenir au centre

## 9-16 Touche talon, pointe

1-2 Touche talon Droit devant ; Touche pointe Droite derrière ;  
3-4 Pas Droit devant; derrière ; ¼ de tour à droite touche pied gauche de côté ;  
5-6 Croiser pied gauche devant droit ; Pied droit de côté ;  
7-8 Croiser pied droit devant gauche ; pied gauche arrière ;  
9-10 pied droit à côté pied gauche ; Jump en avant sur les 2 pieds

variation

9 & 10 pied droit à côté pied gauche ; 2 Jumps en avant sur les 2 pieds

**Recommencez au début et bonne danse !**

Gérald Vonlanthen Cours de danse  
<http://ccr.isuisse.com>

+4126 / 475 34 20

[www.cowcountry-rangers.ch](http://www.cowcountry-rangers.ch)  
1720 Corminboeuf